



LAPORAN PENELITIAN

ANALISIS KONTEN DAN DESAIN MEDIA LEMBAR BALIK UNTUK MENDUKUNG KONSELING GIZI PADA IBU NIFAS: PERSPEKTIF LITERATUR

Disusun Oleh :

TIARLIN LAVIDA R, SST. M.Keb

TUTI SUKAETI , SPd, SST. M.Keb

Sri Hartini, SSiT, MKM

2021



**Sekolah Tinggi
Ilmu Kesehatan
Budi Kemuliaan**

**ANALISIS KONTEN DAN DESAIN MEDIA LEMBAR BALIK
UNTUK MENDUKUNG KONSELING GIZI PADA IBU NIFAS:
PERSPEKTIF LITERATUR**

OLEH:

Tiarlin Lavidia R S R, SST, MKeb

Tuti Sukaeti, SPd, SST, Mkes,

Sri Hartini, SSiT, MKM

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BUDI KEMULIAAN
JAKARTA**

2021

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PENELITIAN

- 1 Judul Kegiatan : Analisis Konten dan Desain Media Lembar Balik untuk Mendukung Konseling Gizi pada Ibu Nifas: Perspektif Literatur
- 2 Ketua Peneliti
 - a. Nama Lengkap : Tiarlin Lavidia R S R, SST, M.Keb
 - b. Jenis kelamin : Perempuan
 - c. NIDN/NIDK/NUP : 03290058801
 - d. Disiplin ilmu : Kebidanan
 - e. Pangkat/golongan : Dosen
 - f. Jabatan : Dosen
 - g. Institusi : STIK Budi Kemuliaan
 - h. Alamat : Jl. Budi Kemuliaan No.25 Gambir-Jakarta Pusat
 - i. No. telp/fax/email : (021) 3842828
- 3 Jumlah anggota kegiatan : 2
- 4 Jumlah biaya kegiatan : Rp. 6.040.000
- 5 Sumber biaya : STIK Budi Kemuliaan

Mengetahui,
Ketua LPPM STIK
Budi Kemuliaan



(Tiarlin Lavidia R S R, SST, M.Keb)

Jakarta, 15 Oktober 2021
Pelaksana Penelitian
STIK Budi Kemuliaan



(Tiarlin Lavidia R S R, SST, M.Keb)

Menyetujui,
Ketua STIK Budi Kemuliaan



(dr. Irma Sapriani, SpA)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan laporan penelitian ini. Penulisan laporan penelitian ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu kinerja Tridharma Perguruan Tinggi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Budi Kemuliaan. Saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. dr. Fahrul W. Arbi, Sp.A, MARS selaku Direktur Utama Lembaga Kesehatan Budi Kemuliaan
2. dr. Irma Sapriani, Sp.A selaku Ketua STIK Budi Kemuliaan
3. Seluruh civitas akademika yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan penelitian ini

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga laporan penelitian ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 10 Oktober 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PENELITIAN	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
BAB 1	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Pertanyaan Penelitian	2
1.4 Tujuan Penelitian	2
1.5 Manfaat Penelitian	3
1.6 Ruang Lingkup	3
BAB 2	5
TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI.....	5
2.1 Media Lembar Balik.....	5
2.1.1 Pengertian.....	5
2.1.2 Kelebihan media lembar baik (<i>Flip Chart</i>)	6
2.1.3 Syarat Media lembar balik (flip chart).....	6
2.2 Konseling	8
2.3 Gizi Selama Hamil, Bersalin, hingga Masa Nifas	10
2.3.1 Gizi Selama Kehamilan.....	10
2.3.2 Gizi Selama Persalinan.....	11
2.3.3 Gizi Selama Masa Nifas	12
2.4 Kerangka Teori.....	13
BAB III	15
3.1 Metodologi Penelitian	15
3.1.1 Metode Penelitian	15
3.1.2 Definisi Operasional	16
3.1.3 Populasi, Sampel dan Besar Sampel.....	17

3.1.4	Teknik Pengambilan Sampel	18
3.1.5	Prosedur Penelitian dan alur penelitian.....	20
3.1.6	Sumber, Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	21
3.1.7	Lokasi dan Waktu	23
3.1.8	Analisis Data Penelitian.....	23
BAB IV		24
HASIL DAN PEMBAHASAN.....		24
4.1	Hasil.....	24
4.2	Pembahasan	32
4.2.1	Deskripsi Analisis Konten dan Desain Media Lembar Balik Untuk Mendukung Konseling Gizi pada Ibu Nifas: Perspektif Literatur.	32
BAB V		34
PENUTUP.....		34
5.1	Kesimpulan	34
5.2	Saran	34
DAFTAR PUSTAKA		35
LAMPIRAN.....		37

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa nifas adalah periode penting yang dimulai segera setelah persalinan hingga sekitar enam minggu berikutnya, di mana tubuh ibu mengalami pemulihan secara fisiologis, psikologis, dan hormonal. Pada masa ini, kebutuhan gizi ibu sangat penting untuk mendukung proses pemulihan, produksi ASI, serta menjaga kesehatan ibu dan bayi. Pemenuhan kebutuhan gizi yang optimal selama masa nifas juga berperan dalam mencegah komplikasi kesehatan, seperti anemia, infeksi, dan gangguan laktasi.

Sayangnya, banyak ibu nifas yang kurang memahami pentingnya gizi seimbang pada masa ini. Faktor-faktor seperti kurangnya informasi, keterbatasan akses ke layanan kesehatan, serta adanya mitos atau pantangan makanan dalam budaya tertentu sering menjadi hambatan dalam pemenuhan kebutuhan gizi. Hal ini dapat berdampak pada kesehatan ibu dan bayi, terutama pada ibu yang menyusui secara eksklusif, karena kebutuhan energi dan zat gizi tertentu meningkat signifikan.

Konseling gizi pada masa nifas menjadi salah satu upaya strategis untuk memberikan edukasi dan pendampingan kepada ibu. Dengan konseling gizi, ibu dapat memahami kebutuhan nutrisinya, mengadopsi pola makan yang sehat, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya peran gizi dalam pemulihan dan produksi ASI. Selain itu, konseling gizi juga dapat membantu mencegah malnutrisi pada ibu nifas, baik dalam bentuk kekurangan maupun kelebihan gizi.

Melalui pendekatan yang berbasis bukti dan kultural, konseling gizi pada masa nifas dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan ibu dan bayi, serta mendukung keberhasilan program kesehatan ibu dan anak secara keseluruhan. Oleh

karena itu, penting untuk mengintegrasikan layanan konseling gizi ke dalam program pelayanan kesehatan ibu nifas agar tercapai kualitas hidup yang lebih baik.

Penyuluhan gizi yang efektif sangat penting untuk membantu ibu memahami kebutuhan nutrisi selama masa nifas. Media lembar balik menjadi alat yang efektif dalam mendukung proses konseling, karena memiliki desain yang interaktif, menarik, dan mudah dipahami. Dengan lembar balik, edukasi gizi dapat dilakukan dengan cara yang sistematis, visual, dan terstruktur, sehingga memudahkan ibu untuk memahami dan menerapkan saran gizi dalam kehidupan sehari-hari.

Oleh karena itu, konseling gizi pada masa nifas menggunakan media lembar balik diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pola makan sehat, mendukung proses pemulihan tubuh, serta memastikan kesehatan ibu dan bayi secara menyeluruh.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan dari uraian latar belakang tersebut, bahwa dengan semakin banyaknya media informasi yang tersedia berhubungan dengan semakin majunya Zaman dan media informasi menjadikan petunjuk bahwa informasi dapat disampaikan dengan berbagai cara dan sebagai tenaga kesehatan yang berperan langsung dengan masyarakat, diperlukannya ilmu mengenai berbagai cara untuk berkomunikasi dengan pasien dengan berbagai media seperti lembar balik. Sehingga hal ini harus diketahui lebih lanjut bagaimana analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas.

1.5 Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan tentang analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas. Serta menjadi referensi bagi akademisi maupun mahasiswa lain untuk membuat Penelitian lainnya seperti literatur review.

2) Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa

Dapat digunakan sebagai wawasan pengetahuan dan sumber referensi pembelajaran tentang analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas.

2. Bagi masyarakat

Dapat menjadi salah satu media yang dapat digunakan sebagai sarana menyampaikan informasi kepada masyarakat Mengenai analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai sumber untuk melakukan penelitian selanjutnya dan sebagai informasi awal bagi peneliti berikutnya khususnya tentang analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas.

1.6 Ruang Lingkup

Penelitian dengan judul "analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas: perspektif literature." Dilakukan dari tanggal 10 Oktober s/d 2 November 2021. Penelitian ini menggunakan pendekatan review literatur tradisional, sebuah jenis penelitian kualitatif yang bertujuan untuk memberikan rangkuman dari berbagai penelitian. Metode PICO (Population,

Intervention, Comparison, and Result) digunakan untuk memfilter data sekunder dari jurnal internasional dan nasional.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI

2.1 Media Lembar Balik

2.1.1 Pengertian

Menurut Sihkabuden (2011: 98) sesuai dengan namanya Standar Lembar Balik adalah standar yang dapat dipakai untuk menyajikan gambar seri dengan cara membalik-balik gambar seri tersebut. Media ini digolongkan tiga dimensi karena perangkat yang digunakan berwujud tiga dimensi, yaitu standarnya. Alat ini dibuat dari standar yang berkaki empat dan seberkas gambar/bagan yang telah tersusun sesuai dengan urutan penyajiannya. Bahan untuk membuat standar ini dapat dibuat dari kayu, bambu, rotan, atau dapat juga dari besi. ⁽¹⁾

Menurut Sadiman (2008:37), media flipchart merupakan media dalam bentuk visual yang termasuk dalam jenis bagan atau chart. Flipchart atau bagan balikan menyajikan setiap informasi pada setiap bagianbagian. Bagian-bagian dari setiap informasi ditulis/dituangkan lembaran tersendiri, kemudian lembaran-lembaran tersebut dibundel menjadi satu. Penggunaannya tinggal membalik satu persatu sesuai dengan bagan pesan yang ingin disampaikan. Menurut Susilana (2009:87) pengertian Flipchart adalah “lembaran-lembaran kertas menyerupai album atau kalender berukuran 50x75 cm, atau ukuran yang lebih kecil 21x28 cm sebagai flipbook yang disusun dalam urutan yang diikat pada bagian atasnya”. Flipchart dapat digunakan sebagai media penyampaian pesan pembelajaran. Dalam penggunaannya dapat dibalik jika pesan dalam lembaran depan sudah ditampilkan dan diganti dengan lembaran berikutnya yang sudah disediakan.

Sedangkan menurut Munadi (2010:105) Yang dimaksud dengan flipchart adalah lembaran-lembaran kertas di mana terdapat gambar yang besar yang dapat dibalik pada sebuah gantungan. Lembaran balik memudahkan pekerjaan untuk menerangkan pelajaran atau pesan yang dapat dibagi menurut beberapa tahap dan diterangkan gambar tahap demi tahap. Tiap tahap berisi gambar yang bernomor. Dengan demikian setelah menerangkan isi satu nomor, lembar bergambar itu dibalikkan. Begitu seterusnya sampai nomor berakhir.

2.1.2 Kelebihan media lembar baik (*Flip Chart*)

Sebagai salah satu media pembelajaran, Flipchart mempunyai beberapa kelebihan. Menurut Susilana (2009:88) kelebihan tersebut diantaranya: 1) Mampu menyajikan pesan pembelajaran secara ringkas dan praktis, 2) Dapat digunakan di dalam ruangan atau luar ruangan, 3) Bahan pembuatan relatif murah, 4) Mudah dibawa ke mana-mana, 5) Meningkatkan kreativitas belajar siswa.

Sebelum menggunakan media pembelajaran Flipchart langkah awal yang harus dilakukan adalah mendesain media Flipchart. Cara mendesain media pembelajaran Flipchart menurut Susilana, (2009: 89) antara lain sebagai berikut: 1) Tentukan tujuan pembelajaran, 2) Menentukan bentuk Flipchart, 3) Membuat ringkasan materi, 4) Merancang draf kasar (Sketsa), 5) Memilih warna yang sesuai, 6) Menentukan ukuran dan bentuk huruf yang sesuai.⁽²⁾

2.1.3 Syarat Media lembar balik (flip chart)

Syarat media Flipchart Agar tujuan komunikasi visual menggunakan Flipchart dapat dicapai secara optimal (Praptono, 1997:34), maka dipersyaratkan agar:

1. Ukuran kertas cukup besar, dan gambar serta huruf hurufnya terbaca oleh kelas
2. Visualisasi ide dan pesan mudah ditangkap dan dipahami
3. Penampilan cukup menarik atau atraktif
4. Komposisi warna serasi dan seimbang dengan luas kertas
5. Penggunaan dan penyimpanan serta pemeliharaan mudah
6. Tahan dipergunakan berkali kali dan tahan lama
7. Mudah dan sederhana dalam pembuatanya.

2.2 Konseling

Pengertian konseling secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu “consilium” yang berarti dengan atau bersama yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari “sellan” yang berarti “menyerahkan” atau menyampaikan”. Sebelumnya telah dijelaskan pengertian bimbingan selanjutnya akan dijelaskan pengertian konseling. Wagito, (dalam Aqib 2012:29) mengemukakan bahwa konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan wawancara, dengan cara-cara yang sesuai dengan keadaan individu yang dihadapi untuk mencapai kesejateraan hidupnya.

Konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang dalam mana konselor melalui hubungan itu dengan kemampuan-kemampuan khusus yang dimilikinya. Dalam hal ini konseli dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaannya sekarang, dan kemungkinan keadaannya masa depan yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya, demi untuk kesejahteraan pribadi maupun masyarakat. Lebih lanjut konseli dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalah dan menemukan kebutuhan-kebutuhan yang akan datang.⁽³⁾

Fungsi Konseling secara tradisional digolongkan menjadi tiga, yaitu (1) Remedial atau Rehabilitatif, (2) Preventif, dan (3) Edukatif atau Pengembangan (Corey, 2008).

Fungsi Preventif. Munculnya fungsi preventif merupakan suatu upaya aktif untuk membantu individu-individu sebelum mereka mengalami masalah-masalah kejiwaan karena kurangnya perhatian. Upaya preventif adalah suatu upaya untuk melakukan intervensi mendahului kesadaran akan kebutuhan pemberian bantuan. Agar fungsi ini disebut preventif, intervensi haruslah mendahului munculnya kebutuhan atau masalah. Upaya preventif meliputi pembangunan strategi-strategi dan program-program yang dapat digunakan untuk mengantisipasi dan mengelakkan resiko-resiko yang tidak dikehendaki.

Fungsi Edukatif atau Pengembangan. Fungsi ini diciptakan oleh konselor untuk melakukan intervensi lebih dini dalam proses perkembangan, karena kegagalan dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan tugas perkembangan dan pertumbuhan dapat menimbulkan masalah-masalah serius dalam kehidupan individu di kemudian hari. Dengan demikian, penekanan bergeser dari masalah-masalah remediasi kepada membantu pengembangan pribadi (Carter, 2011). Fokus dari fungsi edukatif atau pengembangan ini adalah membantu individu-individu meningkatkan keterampilan-keterampilan dalam kehidupan, mengidentifikasi dan memecahkan masalah-masalah hidup, dan membantu meningkatkan kemampuannya menghadapi transisi dalam kehidupan. Untuk keperluan jangka pendek, konseling membantu individu memahami nilai-nilai, menjadi lebih tegas, mampu mengendalikan kecemasan, meningkatkan keterampilan komunikasi antar pribadi, memutuskan arah hidup, menghadapi kesepian. Semua itu merupakan bagian dari rangkaian layanan yang dipandang esensial.⁽⁴⁾

2.3 Gizi Selama Hamil, Bersalin, hingga Masa Nifas

2.3.1 Gizi Selama Kehamilan

Gizi yang baik selama kehamilan sangat penting untuk mendukung perkembangan janin dan menjaga kesehatan ibu hamil. Selama kehamilan, kebutuhan gizi ibu meningkat karena adanya perubahan fisiologis yang mempengaruhi metabolisme tubuh, seperti peningkatan volume darah, pembentukan jaringan baru, dan kebutuhan energi untuk mendukung pertumbuhan janin.

a. Kebutuhan Energi dan Makronutrien

Selama kehamilan, ibu hamil membutuhkan peningkatan asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat. Kebutuhan energi tambahan diperkirakan sekitar 300 kalori per hari pada trimester kedua dan ketiga.⁽⁵⁾ Asupan protein juga perlu ditingkatkan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin serta pembentukan jaringan tubuh ibu. Lemak sehat, terutama asam lemak omega-3, juga sangat penting untuk perkembangan otak janin.⁽⁶⁾

b. Mikronutrien Penting

Beberapa mikronutrien sangat dibutuhkan selama kehamilan, di antaranya adalah zat besi, asam folat, kalsium, dan vitamin D. Asam folat sangat penting untuk mencegah cacat tabung saraf pada janin, dan umumnya dianjurkan untuk dikonsumsi sejak tiga bulan sebelum kehamilan dan terus berlanjut hingga trimester pertama. Kalsium dan vitamin D diperlukan untuk mendukung pembentukan

tulang dan gigi janin serta mencegah terjadinya osteoporosis pada ibu hamil.⁽⁵⁾

c. Risiko Kekurangan Gizi

Kekurangan gizi pada ibu hamil, terutama defisiensi zat besi, asam folat, dan vitamin D, dapat menyebabkan komplikasi serius seperti anemia, kelahiran prematur, serta gangguan perkembangan janin. Selain itu, kelebihan berat badan atau obesitas pada ibu hamil juga dapat meningkatkan risiko preeklamsia, diabetes gestasional, dan komplikasi lainnya.⁽⁷⁾

2.3.2 Gizi Selama Persalinan

Gizi saat persalinan juga memiliki peran penting, meskipun tidak sebanyak selama kehamilan. Selama proses persalinan, ibu akan mengalami kehilangan cairan dan energi. Oleh karena itu, pemeliharaan hidrasi dan pemenuhan kebutuhan energi tetap diperlukan.

a. Asupan Cairan

Cairan yang cukup selama persalinan penting untuk menghindari dehidrasi yang dapat memperburuk kontraksi dan meningkatkan risiko komplikasi seperti hipotensi. Minuman elektrolit atau air putih dapat membantu menggantikan cairan yang hilang dan menjaga keseimbangan elektrolit tubuh.⁽⁸⁾

b. Nutrisi dan Energi

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemberian makanan ringan yang kaya karbohidrat selama tahap pertama persalinan dapat memberikan energi tambahan yang diperlukan untuk membantu ibu melewati tahap persalinan yang panjang dan intens. Namun, pada saat persalinan berlangsung dengan komplikasi tertentu atau

tindakan medis yang melibatkan anestesi umum, pemberian makanan dan cairan biasanya dibatasi.

2.3.3 Gizi Selama Masa Nifas

Masa nifas adalah periode pasca-persalinan di mana tubuh ibu memulihkan diri setelah melahirkan. Pada tahap ini, pemulihan tubuh dan produksi ASI memerlukan perhatian khusus terhadap gizi ibu.

a. Kebutuhan Energi dan Nutrisi

Setelah melahirkan, ibu membutuhkan asupan energi yang cukup untuk proses penyembuhan dan untuk mendukung produksi ASI. Berdasarkan rekomendasi, ibu menyusui membutuhkan tambahan sekitar 500 kalori per hari (Institute of Medicine, 2021). Asupan protein dan karbohidrat juga penting untuk mendukung pemulihan tubuh dan kelancaran produksi ASI. Selain itu, penting bagi ibu untuk mengonsumsi berbagai sumber mikronutrien seperti vitamin A, C, dan E untuk mempercepat penyembuhan luka pasca persalinan serta meningkatkan daya tahan tubuh.

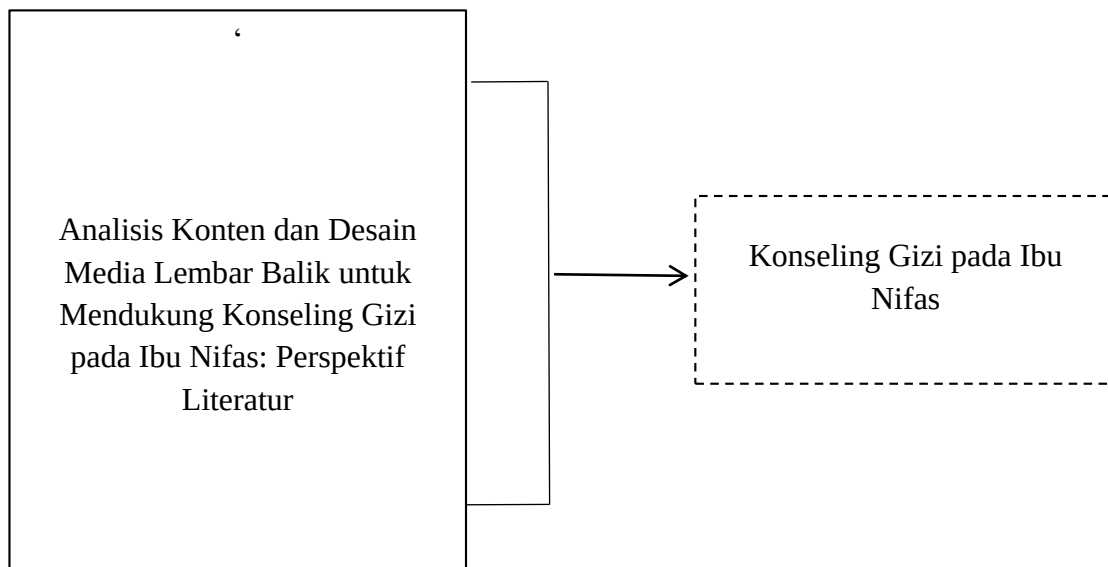
b. Pemberian ASI dan Kebutuhan Gizi

ASI adalah sumber gizi utama untuk bayi selama enam bulan pertama kehidupan. Oleh karena itu, ibu menyusui harus memastikan kecukupan gizi yang dibutuhkan agar produksi ASI berjalan lancar. Zat gizi yang diperlukan selama masa nifas antara lain adalah kalsium, zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Asupan kalsium yang cukup akan memastikan bahwa ibu tidak mengalami demineralisasi tulang selama menyusui. Selain itu, gizi ibu yang baik akan memastikan kualitas dan kuantitas ASI yang optimal untuk pertumbuhan bayi.

c. Gizi untuk Mengatasi Kekurangan Gizi Pasca Persalinan

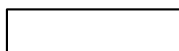
Ibu yang mengalami komplikasi seperti pendarahan atau infeksi saat persalinan mungkin membutuhkan perawatan lebih intensif dan peningkatan asupan gizi. Kekurangan gizi pada ibu nifas, terutama zat besi, dapat memperburuk kondisi kesehatan dan memperlambat pemulihan, sehingga suplementasi gizi sangat dianjurkan dalam kasus tersebut.⁽⁹⁾

2.4 Kerangka Teori



Gambar 2.4 Kerangka Teori

Keterangan:



: Yang diteliti

☐ : Yang tidak diteliti

BAB III

3.1 Metodologi Penelitian

3.1.1 Metode Penelitian

Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan literature review. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian Traditional Literature Review yang dimana studi literatur tradisional berbentuk naratif bertujuan untuk memberikan rangkuman dari berbagai penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menemukan informasi dari jurnal penelitian sebelumnya mengenai topik analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas: perspektif literatur.

3.1.2 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala
1	Media lembar balik.	Peran media lembar balik dalam mendukung konseling gizi pada nifas.	Literatur Review	Pico	1. Baik 2. Cukup 3. Kurang	Nominal/ Ordinal/ Interval/Rasio sesuai yang digunakan pada artikel penelitian
2	Konseling Gizi	Intervensi konseling yang bertujuan untuk memberikan edukasi gizi	Literatur Review	Pico	1. Baik 2. Cukup 3. Kurang	Nominal/ Ordinal/ Interval/Rasio sesuai yang digunakan pada artikel penelitian

3.2.2 Tabel Definisi Operasional

3.1.3 Populasi, Sampel dan Besar Sampel

3.1.3.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan dari objek atau individu yang memiliki karakteristik (sifat-sifat) tertentu yang akan di teliti. Adapun yang menjadi populasi pada penelitian ini adalah jurnal nasional dan internasional yang berkaitan dengan analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas: perspektif literatur.

3.1.3.2 Sampel

Sampel adalah Sebagian dari populasi yang diambil dengan cara-cara tertentu untuk diukur atau diamati karakteristiknya, kemudian ditarik kesimpulan mengenai karakteristik tersebut yang dianggap mewakili populasi.

Kriteria	Inklusi	Ekslusi
<i>Population</i>	Seluruh wanita nifas	Laki laki dan bukan wanita nifas
<i>Intervention</i>	Anaisis konten dan desain media lembar balik	Tidak terdapat konten dan desain media lembar balik
<i>Comparison</i>	Tidak ada pembanding	Tidak ada pembanding
<i>Output</i>	analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas	Tidak ada penjelasan mengenai analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung

		konseling gizi pada ibu nifas
Jenis penelitian	Kuantitatif (<i>cross sectional</i>), Deskriptif, eksperimen, non eksperimen, dll	Kualitatif
Bahasa publikasi	Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris	Selain dari bahasa Indonesia dan bahasa inggris
Periode Publikasi	2012-2022	Sebelum 2012

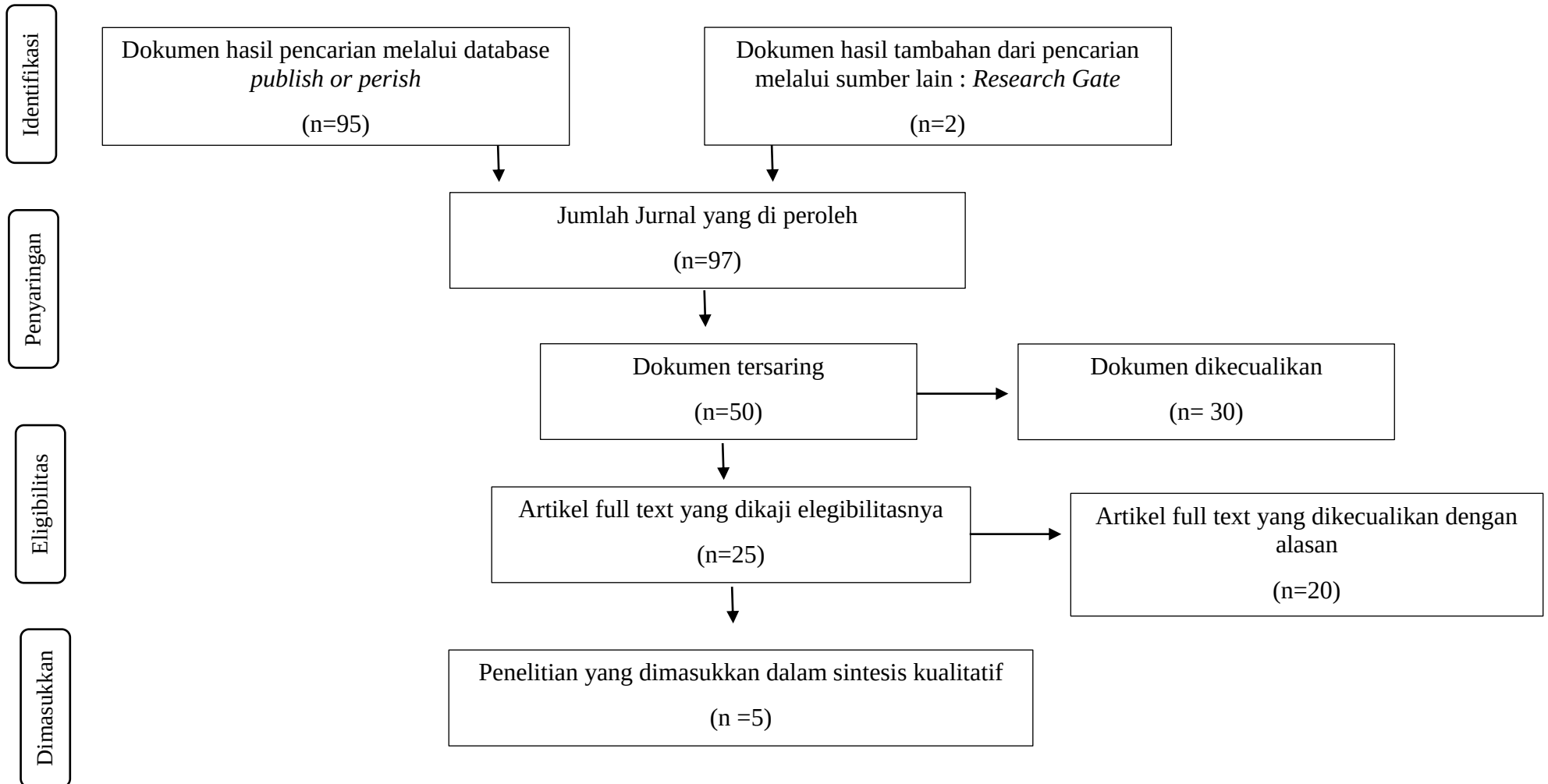
Tabel 3.2.3 Kriteria inklusi dan eksklusi

3.1.4 Teknik Pengambilan Sampel

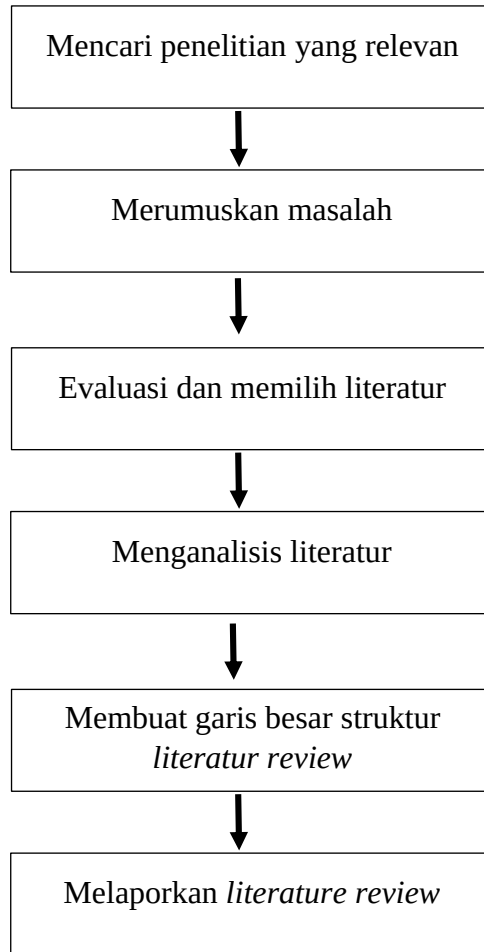
Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Menurut Riyanto (2020) *purposive sampling* yaitu pemilihan sampel yang didasarkan atas ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Proses pencarian dilakukan menggunakan search engine melalui situs *Publish or Perish* dan *Google Scholar* dengan kata kunci "CONTENT ANALYSIS AND DESIGN OF FLIP SHEET MEDIA TO SUPPORT NUTRITIONAL COUNSELING FOR POSTPARTUM MOTHERS: LITERATURE PERSPECTIVE / Analisis Konten dan Desain Media Lembar Balik untuk Mendukung Konseling Gizi pada Ibu Nifas: Perspektif Literatur". Pengumpulan jurnal kemudian dilakukan penyaringan data berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

3.1.5 Prosedur Penelitian dan alur penelitian

3.1.5.1 Prosedur Penelitian



3.1.5.2 Alur Penelitian



Gambar 3.2.6 Bagan Alur Penelitian

3.1.6 Sumber, Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

3.1.6.1 Sumber

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder dimana data yang diperoleh bukan dari pengamatan secara langsung. Data ini didapatkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Sumber data diambil dari beberapa jurnal nasional dan internasional yang sesuai dengan kriteria inklusi.

3.1.6.2 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pengumpulan data *literatur review* dengan urutan struktur tematik. Struktur Tematik mengelompokkan dan mendiskusikan sumber-sumber sesuai tema atau topiknya. Dengan mengelompokkan tema atau topik penelitian, dapat menunjukkan jenis topik yang penting dan memperkuat ketajaman dalam penelitian. Pengumpulan *literature review* digunakan beberapa tahapan diantaranya adalah pencarian artikel berdasarkan topik garis besar, pengelompokkan artikel berdasarkan relevansi dengan topik dan tahun penelitian lalu pengurutan struktur penjelasan serta perbandingan data yang saling berhubungan.

Setelah jurnal terkumpul selanjutnya peneliti mengelompokkan sejumlah artikel yang telah didapatkan berdasarkan relevansi topik analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas: perspektif literatur

Selain topik, peneliti juga mengelompokkan jurnal berdasarkan tahun penelitian, kemudian jurnal yang sudah dikelompokkan peneliti analisis penjelasan struktur mengenai keterkaitan artikel dan topik penelitian. Lalu peneliti membandingkan apabila ada jurnal yang saling berhubungan. Penambahan artikel jurnal maupun *text book* lain bersifat memperkuat dan menambah ketajaman pembahasan hasil penelitian.

3.1.6.3 Instrumen Penelitian

Instrument pada penelitian ini dengan berdasarkan jurnal-jurnal atau dari penelitian terdahulu yang merupakan dari jurnal nasional maupun internasional. Instrument penelitian ini menggunakan teknologi mesin pencari *Publish or Perish* dan *Google Chrome*.

3.1.7 Lokasi dan Waktu

Lokasi pada penelitian ini tidak begitu spesifik yang melibatkan tempat, melainkan hanya bersumber pada jurnal dan penelitian terdahulu. Waktu dalam melakukan penelitian ini di mulai dari periode 10 Oktober -2 November 2021.

3.1.8 Analisis Data Penelitian

3.1.8.1 Pengolahan Data

Langkah pertama, peneliti melakukan penelusuran beberapa buku dan jurnal sumber dari situs terpercaya kemudian Jurnal penelitian dari hasil penelusuran yang telah lolos dari uji kelayakan berdasarkan kriteria inklusi kemudian dibuat ringkasan jurnal meliputi judul jurnal, penulis, tahun terbit tujuan, inti dan hasil penelitian dari jurnal yang telah diperoleh.

3.1.8.2 Analisis Data

Setelah meringkas jurnal, peneliti membuat tabel dan menganalisis data dari catatan ringkasan jurnal tersebut kemudian dihubungkan dengan penelitian peneliti. Setelah membuat tabel, peneliti menjelaskan kesimpulan ringkasan dari tabel tersebut secara naratif dari jurnal jurnal yang digunakan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

Penulis mendapatkan jurnal yang akan dijadikan sebagai *Literature Review* berjumlah 5 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang terdiri dari 5 jurnal nasional, jurnal yang dikumpulkan diperoleh dari database *publish or perish*, *Google Scholar*, *Research gate*. penelitian ini secara keseluruhan membahas tentang analisis konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas: perspektif literatur. Tahun publikasi pada artikel yang diambil memiliki rentang tahun antara 2012-2022, berikut merupakan tabel hasil penelusuran artikel:

Tabel 4.1 Penelusuran Hasil Artikel

No	Penulis dan tahun	Sumber (Database)	Judul	Metode	Hasil
1	(Uliyanti, 2022)	<i>Jurnal Pengabdian pada Masyarakat Publish or perish "Google scholar"</i>	Penyuluhan Gizi pada ibu dengan Menggunakan Flip Chart di Kecamatan Benua Kayong Kabupaten Ketapang. ⁽¹⁰⁾	DESAIN: Metode pelaksanaan kegiatan penyuluhan stunting ini berupa ceramah dengan media flip chart dilakukan oleh Ibu Uliyanti, S.TP, M.Gizi selaku ketua tim pengabdian kepada masyarakat dan sebagai peserta kader Posyandu dan perwakilan warga masyarakat di desa suka baru. Pelaksanaan kegiatan terbagi	Hasil: terdapat peningkatan pengetahuan gizi Ibu setelah diberikan penyuluhan gizi. Hasil pre test peserta yang memiliki pengetahuan dengan kategori sangat tinggi sebanyak 2 orang (3,08), kemudian setelah post test meningkat menjadi 11 orang (16,92%). Sedangkan peserta yang memiliki pengetahuan gizi yang rendah pada saat pre test yaitu sebanyak 4 orang (6,15) menurun menjadi 1 orang (1,54%).

				menjadi 3 tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan tahap evaluasi dan Finalisasi. POPULASI/SAMPEL : ibu rumah tangga yang memiliki anak balita atau ibu hamil yang ada di wilayah kerja puskesmas tuan-tuan di desa suka baru.	
2	(Demitri, 2022)	Jurnal Dunia Gizi <i>Publish or Perish</i>	Pengaruh Konseling Gizi Melalui Media Flipchart Terhadap	DESAIN : Jenis penelitian yaitu quasi experiment, dengan rancangan one group pretest posttest	Hasil Penelitian: Pengetahuan sebelum dilakukannya konseling gizi memiliki nilai rata-rata sebesar 4,68, setelah dilakukannya konseling gizi, pengetahuan meningkat sebesar 8,20. Ada pengaruh konseling gizi

		<i>“Google Scholar”</i>	Pengetahuan Keluarga Sadar Gizi. ⁽¹¹⁾	design. POPULASI/SAMPEL : 44 ibu balita, yang berada di wilayah Puskesmas Simarpinggan, Tapanuli Selatan	melalui media flipchart terhadap pengetahuan ibu balita tentang keluarga sadar gizi dengan nilai p value (0,000).
3	(Putri, 2022)	Journal of Intan Nursing <i>Publish or Perish “Google Scholar”</i>	Pengetahuan tentang Pemenuhan Nutrisi pada Masa Nifas Berdasarkan Sosial Budaya Ibu. ⁽¹²⁾	DESAIN: Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Teknik sampel yang digunakan yaitu purposive sampling POPULASI/SAMPLE :	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan tentang pemenuhan nutrisi pada masa nifas berdasarkan sosial budaya ibu di Desa Tambak Anyar Ulu Kecamatan Martapura Timur, Kabupaten Banjar dengan kategori baik 69 responden (60,5%), cukup 42 responden (36,8%), dan kategori kurang 3 responden (2,6%).

				jumlah sampel 114 orang. Pengukuran menggunakan kuesioner.	
4	(Mauluddina, 2024)	Jurnal Cendikia Abdimas <i>Publish or Perish “Google Scholar”</i>	Pemberian Konseling dengan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Nifas tentang Gizi Masa Laktasi. ⁽¹³⁾	DESAIN: Data dalam Pengabdian kepada Masyarakat ini di ambil menggunakan data primer yang diperoleh secara langsung dengan cara memberikan Konseling dengan media e-booklet terhadap pengetahuan gizi masa laktasi kepada seluruh	Hasil menunjukkan kelompok video rerata pengetahuan pretest 68,75 dan posttest 88,59 dengan Berdasarkan data yang diperoleh sebelum dan sesudah dilakukan konseling tentang gizi masa laktasi, maka terlihat adanya peningkatan pengetahuan pada ibu peserta konseling. Data yang diperoleh dapat diketahui bahwa 15 responden terbanyak pada responden berpengetahuan rendah sebanyak 10 orang (66,7%) dan setelah mendapatkan konseling menurun menjadi 2 orang (13,3 %). Sedangkan pada

				ibu nifas di PMB Husniyati Palembang. Teknik pengumpulan data pada Pengabdian kepada Masyarakat ini menggunakan lembar kuesioner tentang gizi masa laktasi. POPULASI/SAMPEL : seluruh ibu nifas di PMB Husniyati Palembang.	kategori baik atau pengetahuan tinggi terjadi peningkatan jumlah responden, semula 5 orang (33,3%) meningkat menjadi sebanyak 15 orang (86,7%) dengan pengetahuan baij/tinggi.
5	(Maulida, 2016)	<i>Publish Or Perish</i>	Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Lembar Balik	DESAIN: Penelitian ini menggunakan quasi eksperiment design dengan post test only design with control grup	Hasil penelitian menunjukkan pada ibu post partum yang diberikan pendidikan kesehatan mempunyai nilai rata-rata yang lebih baik (18,43) daripada ibu pada kelompok kontrol (15,14).

		<i>“Google Scholar</i>	Terhadap Perilaku Pemberian Asi pada Ibu Post Partum. ⁽¹⁴⁾	untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan lembar balik terhadap perilaku pemberian ASI. POPULASI/SAMPEL : Ibu post partum di wilayah kerja puskesmas Kartasura tanggal 1 Januari – 4 Februari 2016.	
--	--	------------------------	---	--	--

4.2 Pembahasan

4.2.1 Deskripsi Analisis Konten dan Desain Media Lembar Balik Untuk Mendukung Konseling Gizi pada Ibu Nifas: Perspektif Literatur.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, didapatkan 5 artikel tentang konten dan desain media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas. Berdasarkan penelitian pada tabel no. 1 terdapat peningkatan pengetahuan gizi Ibu setelah diberikan penyuluhan gizi. Hasil pre test peserta yang memiliki pengetahuan dengan kategori sangat tinggi sebanyak 2 orang (3,08), kemudian setelah post test meningkat menjadi 11 orang (16,92%). Sedangkan peserta yang memiliki pengetahuan gizi yang rendah pada saat pre test yaitu sebanyak 4 orang (6,15) menurun menjadi 1 orang (1,54%). Peningkatan pengetahuan gizi Ibu setelah penyuluhan memberikan indikasi bahwa penyuluhan pengetahuan gizi Ibu berjalan dengan baik. Hal ini dikarenakan materi pendidikan gizi yang disampaikan dapat diterima dan dipahami oleh responden dengan baik. Indikasi tersebut dapat terlihat dari kemampuan responden dalam menjawab pertanyaan pada kuesioner dengan baik. Menurut Siska Ella Natassa, Darmayanti Siregar, 2021) Flip chart merupakan salah satu alat bantu pendidikan yang sangat sederhana dan cukup efektif untuk digunakan dalam menyampaikan informasi termasuk dalam menyampaikan pesan kesehatan. Selain itu, peserta juga antusias dalam mengikuti kegiatan sehingga pemahaman peserta pun baik. Berikut suasana kegiatan pelaksanaan kegiatan penyuluhan pengetahuan gizi Ibu. ⁽¹⁰⁾

Pada penelitian menurut tabel no. 2 Peningkatan pengetahuan pada ibu balita karena saat diberikan konseling gizi dengan media *flipchart*, ibu balita sangat antusias untuk memahami bagaimana melaksanakan ASI eksklusif, dan juga memberikan *feedback* yang baik saat ditanya bagaimana penerapan ASI eksklusif. Ibu juga mengajukan beberapa pertanyaan yang berhubungan dengan

ASI Eksklusif dan dampaknya apabila tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayi. Hasil ini menunjukkan bahwa responden sangat tertarik pada intervensi dan media yang diberikan, sehingga menghasilkan peningkatan nilai pengetahuan keluarga sadar gizi pada *post-test*. Penelitian ini didukung oleh Nerita P. yang menemukan bahwa adanya pengaruh penyuluhan dengan media lembar balik (*flipchart*) terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang ASI eksklusif ($p < 0,05$).⁽¹¹⁾

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Media Media lembar balik untuk mendukung konseling gizi pada ibu nifas harus menyajikan informasi yang relevan, praktis, dan mudah dipahami, didukung oleh desain yang menarik secara visual, terstruktur, dan portabel. Media ini juga harus memperhatikan konteks budaya dan kebutuhan individu ibu nifas agar dapat memberikan dampak maksimal dalam mendukung kesehatan mereka.

5.2 Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat menambah referensi dan dijadikan informasi awal untuk membuat teori Analisis Konten dan Desain Media Lembar Balik untuk Mendukung Konseling Gizi pada Ibu Nifas: Perspektif Literatur Efektifitas.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada masyarakat untuk bisa menjadikan media lembar balik sebagai media untuk pemberian informasi mengenai konseling gizi pada ibu.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk penelitian ini agar menjadi sumber tambahan untuk menganalisa lebih jauh dan dalam lagi, serta menambah referensi terkait dengan penggunaan media lembar balik sebagai sumber pengetahuan terkait konseling gizi pada ibu nifas serta diharapkan peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Pratiwi MND, Wedi A, Praherdhiono H. Media Pembelajaran Standar Lembar Balik Ilmu Pengetahuan Alam Sekolah Dasar. Jurusan Teknologi Pendidikan Fakultas Ilmu Pendidikan. 2018;1.
2. Negara RHS. Penggunaan Media Flipchart Untuk Meningkatkan Keterampilan Menulis Deskripsi Kelas IV SDN Gunung Anyar Tambak. JPGSD. 2014;2.
3. Kusumawati A. Modul Konseling 2019.
4. Rofiq AA. Teori dan Praktik Konseling. Surabaya: Raziev Jaya; 2017.
5. Sharma RM, S K. Dietary Practices and Nutritional Status During Pregnancy: Implications for Maternal and Fetal Health. International Journal of Reproductive Nutritio. 2021;15:101-10.
6. M F, M L, M W. Protein intake during pregnancy: Importance and effects on maternal and fetal outcomes. . Nutrition Reviews. 2020;34:38-47.
7. S W, P S. Impact of maternal malnutrition on pregnancy and birth outcomes. . Nutrition and Health. 2019;17:55-62.
8. J P, L A, R M. Hydration during labor: The effects of fluid intake on the progress of labor and maternal outcomes. Journal of Obstetrics and Gynecology. 2021;121:45-53.
9. M KK, M K, J K. The role of nutrition in postpartum recovery and lactation. . Journal of Nutrition in Pregnancy and Lactation. 2020;34:38-47.
10. Uliyanti, Wardanu AP. Penyuluhan gizi pada ibu dengan menggunakan flip chart di kecamatan benua kayong Kabupaten ketapang. jurnal Pengabdian pada Masyarakat. 2022.
11. Demitri A, Nababan ASV, Yulita, Hutabarat SY. Pengaruh Konseling Gizi Melalui Media Flipchart Terhadap Pengetahuan Keluarga Sadar Gizi. Jurnal Dunia Gizi. 2022;5.

12. Putri SE, Ramie A, Maria I. Pengetahuan tentang Pemenuhan Nutrisi pada Masa Nifas Berdasarkan Sosial Budaya

Ibu

. Journal of Intan Nursing. 2022;1.

13. Mauluddina F, Veradilla, Alza. Pemberian Konseling dengan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu

Nifas tentang Gizi Masa Laktasi. Jurnal Cendikia Abdimas. 2024;1.

14. Maulida LF. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Lembar Balik Terhadap Perilaku Pemberian Asi pada Ibu Post Partum. 2016.

LAMPIRAN

Lampiran 1: Rencana Anggaran Biaya

No.	Uraian/Komponen	Volume					Harga Satuan	Jumlah
A	Persiapan			X				
	ATK	1	Paket	X	1	Kegiatan	Rp. 150.000	Rp. 150.000
	Konsumsi rapat	2	Paket	X	6	Orang	Rp. 35.000	Rp. 420.000
	Kuota Internet	1	Paket	X	6	Orang	Rp. 75.000	Rp. 450.000
B	Pelaksanaan			X				
	Snack	30	OH	X	6	Orang	Rp. 17.000	Rp. 3.060.000
	Transport	1	Paket	X	6	Orang	Rp. 45.000	Rp. 270.000
C	Pelaporan			X				
	Analisis data	5	OH	X	4	Orang	Rp. 35.000	Rp. 700.000
	Pembuatan laporan	4	OH	X	6	Orang	Rp. 35.000	Rp. 840.000
	Diseminasi hasil	1	Paket	X	1	Kegiatan	Rp. 150.000	Rp. 150.000
Total								Rp. 6.040.000

Lampiran 2: Jadwal pelaksanaan penelitian

No	Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1	Pembuatan proposal	17 Desember 2021
2	Pembagian kerja tim	17 – 19 Desember 2021
3	Presentasi proposal	20 Desember 2021
4	Pelaksanaan penelitian	22 Desember 2021 – 9 Januari 2022
5	Analisis data	10 Januari 2022
6	Penyusunan laporan	10 – 17 Januari 2022
7	Desiminasi hasil penelitian	27 Januari 2022

Lampiran 3: Tim Peneliti

No	Nama Tim Peneliti	Kedudukan	Uraian Tugas
1	Tiarlin Lavidia, SST. M.Keb	Ketua peneliti	Membuat proposal, persiapan kegiatan, penyusunan materi
2	Tuti Sukaeti, Spd, SST, MKes	Anggota I	Pencarian literatur, Analisa data
3	Sri Hartini, SSiT, MKM	Anggota II	Penyusunan laporan hasil penelitian